

Schutzimpfungen. Vorbeugen und sicher sein



 **KNAPPSCHAFT**
für meine Gesundheit!

Inhalt

03 Vorwort

04 Allgemeine Informationen zu Schutzimpfungen

- 04 Warum Schutzimpfungen so wichtig sind
- 04 Wie funktioniert eine Impfung?
- 05 So wirkt eine Impfung
- 06 Wo kann ich mich impfen lassen?
- 06 Wer übernimmt die Kosten?

07 Schutzimpfungen in Deutschland

- 07 Welche Impfungen sind nötig?
- 08 Standardimpfungen
- 09 Indikationsimpfungen
- 10 FSME – Zeckenschutzimpfung für alle Versicherten

12 Impfungen für Urlaubsreisen ins Ausland

- 12 Reiseschutzimpfungen – Die KNAPPSCHAFT erstattet die Kosten
- 12 Hinweise für Urlaubsreisen ins Ausland
- 14 Vor Reiseantritt
- 14 Im Urlaubsland

Vorwort

Auch in der heutigen Zeit sind wir nicht vor Infektionskrankheiten sicher. Die Verläufe derartiger Erkrankungen können lebensbedrohlich sein und in ungünstigen Fällen sogar zum Tod führen.

Dank der Medizin können wir uns jedoch durch Schutzimpfungen in vielen Fällen vor einer Ansteckung bewahren. Denn durch den Einsatz von Impfstoffen bauen sich die körpereigenen Abwehrkräfte so auf, dass die Krankheitserreger keine Gefahr mehr darstellen. Daher gehören Schutzimpfungen zu den wirksamsten vorbeugenden Maßnahmen, die es in der Medizin gibt.

In dieser Broschüre finden Sie die wichtigsten Informationen zu diesem Thema.

Wir freuen uns, Ihnen zu helfen.

Ihre KNAPPSCHAFT

Allgemeine Informationen zu Schutzimpfungen

Warum Schutzimpfungen so wichtig sind

Durch konsequente Impfungen konnten viele gefährliche Krankheiten (zum Beispiel Pocken) inzwischen praktisch ausgerottet werden. Trotzdem gibt es auch heute noch Erkrankungen, die im Falle einer Infektion schwere, zum Teil sogar lebensbedrohliche Ausmaße annehmen können. Ein ausreichender Impfschutz ist daher nach wie vor unerlässlich.

Dies gilt in besonderem Maße für Auslandsreisen, bei denen ein erhöhtes Infektionsrisiko besteht. Denn die Gefahr einer Ansteckung ist bei einem Menschen, dessen Impfschutz nicht ausreichend ist, bei Reisen in „exotische“ Länder besonders hoch. Durch ei-

nen angemessenen Impfschutz können Sie dieses Risiko minimieren und sich und Ihre Familie vor der Gefahr einer ernsthaften Erkrankung bewahren.

Wie funktioniert eine Impfung?

Wenn der menschliche Körper von Krankheitserregern befallen wird, produziert das Immunsystem Antikörper. Diese sind speziell auf die Merkmale der „Eindringlinge“ ausgerichtet und dienen dazu, die Erreger zu neutralisieren. Findet der Kontakt mit einem Erreger erstmals und unvorbereitet statt, kann die Produktion der passenden Antikörper jedoch einige Zeit dauern. Unter Umständen dauert dies zu lange, um einen Ausbruch der Krankheit noch verhindern zu können.

Um im Wiederholungsfall besser gewappnet zu sein, bildet der Körper nach einem ersten Kontakt mit dem Erreger sogenannte Gedächtniszellen. In diesen sind alle Informationen über die benötigten Antikörper gespeichert. Auf diese Weise kann der Körper bei

TIPP

Überprüfen Sie doch bei nächster Gelegenheit Ihren Impfschutz – denn vorbeugen ist besser als behandeln!



einem erneuten Kontakt mit demselben Krankheitserreger auf die vorhandenen Informationen zurückgreifen – und sofort mit der Produktion der benötigten Antikörper beginnen. Dadurch werden die Krankheitskeime neutralisiert, bevor sie sich richtig vermehren können. Die Krankheit bricht daher gar nicht erst aus.

So wirkt eine Impfung

Bei der Impfung macht man sich diese Abläufe zunutze. Der Körper bekommt kontrolliert ein Serum verabreicht, das die abgeschwächten Merkmale eines Erregers enthält. Dadurch wird das Immunsystem angeregt, Antikörper und Gedächtniszellen zu bilden – und damit quasi einen eigenen Schutzschild

aufzubauen. Wird der so vorbereitete Körper nun eines Tages von „echten“ Krankheitserregern befallen, sind die notwendigen Antikörper sofort verfügbar und können die „Eindringlinge“ neutralisieren, bevor eine Krankheit entsteht. Die heute verabreichten Impfstoffe entsprechen dem aktuellen Stand der medizinischen Erkenntnisse und sind gut verträglich. Unerwünschte Nebenwirkungen treten in aller Regel nicht auf. Wie lange die Schutzwirkung erhalten bleibt, hängt von der Art der Impfung ab. Manchmal reicht bereits eine Impfung aus, um sich ein Leben lang vor einer Krankheit zu schützen. In anderen Fällen sind in gewissen Abständen Auffrischimpfungen erforderlich.

Wo kann ich mich impfen lassen?

Die notwendigen Impfungen kann Ihr behandelnder Arzt auf Ihren Wunsch vornehmen. Dieser berät Sie auch individuell, überprüft Ihren Impfschutz und beantwortet Ihre medizinischen Fragen.

Darüber hinaus bieten sowohl der öffentliche Gesundheitsdienst (Gesundheitsämter) als auch Betriebsärztinnen und Betriebsärzte regelmäßig Impftermine an, bei denen viele empfohlene Impfungen verabreicht werden. Diese Impfungen sind für Sie kostenlos. Auch können Sie dort ergänzende Informationen zum Thema „Schutzimpfungen“ erhalten.

Impfpass

Ihre Impfungen trägt der Arzt in Ihren Impfpass ein. Wenn Sie schon einen solchen Pass haben, sollten Sie ihn zu Ihrem Beratungs- bzw. Impftermin mitbringen. Und wenn Sie keinen Pass haben? Kein Problem, Ihr Arzt bzw. das Gesundheitsamt stellt Ihnen bei der nächsten Impfung einen aus.

Wer übernimmt die Kosten?

Es gibt verschiedene Träger, die die Kosten für Schutzimpfungen über-

nehmen können. Die jeweilige Zuständigkeit ist abhängig von Art und Form der Impfung.

Wann Ihr Arbeitgeber die Impfungen übernimmt ...

Für bestimmte Berufsgruppen sind Impfungen notwendig (z. B. bei einer Krankenschwester, die einem erhöhten Infektionsrisiko ausgesetzt ist). Wenn Sie aufgrund Ihrer Beschäftigung Impfungen benötigen, kann der Arbeitgeber diese veranlassen. Die Kosten werden entweder vom Arbeitgeber oder von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Und was leisten Krankenkassen?

Nach den Bestimmungen des Fünften Sozialgesetzbuches – dem maßgeblichen Gesetz für die Krankenversicherung – gehören Schutzimpfungen zu den Pflichtleistungen der Krankenkassen.

Die KNAPPSCHAFT bietet jedoch mehr!

Die KNAPPSCHAFT übernimmt für ihre Versicherten auch die im Einzelfall notwendigen Reiseschutzimpfungen und generell die FSME-Schutzimpfungen.

Schutzimpfungen in Deutschland

Welche Impfungen sind nötig?

Eine Schutzimpfung bewahrt nicht nur die Gesundheit jedes Einzelnen, sondern trägt auch dazu bei, die Ausbreitung ansteckender Krankheiten zu verhindern. Aus diesem Grunde werden in Deutschland zahlreiche Impfmaßnahmen als Pflichtleistung der gesetzlichen Krankenkassen angeboten. Welche konkreten Impfungen nach dem aktuellen Stand der medizinischen Erkenntnisse angeraten sind, ergibt sich im Wesentlichen aus den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (kurz „STIKO“ genannt) des Robert Koch-Institutes in Berlin.

BONUS

Ihre regelmäßige Inanspruchnahme von Schutzimpfungen belohnt die KNAPPSCHAFT mit einem finanziellen Bonus. Weitere Einzelheiten finden Sie in unserer Broschüre zum Bonusprogramm der KNAPPSCHAFT.

Hiernach soll bis zum Eintritt der Volljährigkeit ein umfassender Impfschutz aufgebaut werden. Der Impfschutz soll dann im Erwachsenenalter dort, wo es nötig ist, in größeren Zeitabständen aufgefrischt werden.

Schutzimpfungsrichtlinie

Auf der Grundlage der Empfehlungen der „STIKO“ hat der Gemeinsame Bundesausschuss, der sich aus Vertretern der Ärzteschaft und der Krankenkassen zusammensetzt, in der Folge die „Schutzimpfungsrichtlinie“ beschlossen. In dieser sind die Einzelheiten zu Art und Umfang der Leistungen aufgeführt. Hierbei werden außerdem „Standardimpfungen“ und „Indikationsimpfungen“ unterschieden. Standardimpfungen sollen einen umfassenden Impfschutz im Kindes- und Jugendalter garantieren. Indikationsimpfungen sind dagegen nur für bestimmte Personengruppen vorgesehen (z. B. Personen mit einem hohen Ansteckungsrisiko).

Standardimpfungen

Impfung	Alter in vollendeten Monaten			
	2	4	11	15–23
Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Kinderlähmung, Hepatitis B, Haemophilus influenza Typ b ^{1,2}	1. Impfung	2. Impfung	3. Impfung	
Pneumokokken ²	1. Impfung	2. Impfung	3. Impfung	
Masern, Mumps, Röteln, Windpocken			1. Impfung	2. Impfung
Meningokokken C	Impfung im Alter von 12 Monaten			
Rotaviren ³	Impfserie aus 2 bis 3 Einzeldosen			

Impfung	Fortsetzung Alter in vollendeten Jahren		
	5–6	9–16	18–60
Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten	Auffrischimpfung	Auffrischimpfung	Auffrischimpfung ⁴
Kinderlähmung		Auffrischimpfung	
Influenza, Pneumokokken			Standardimpfung ⁵
Masern			Auffrischimpfung ⁶
Humane Papillomviren (HPV)	Zwei Impfstoffdosen für Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 14 Jahren ⁷		
Herpes zoster			Standardimpfung ⁸

- ¹ Die Grundimmunisierung im Säuglingsalter sollte mit einer Kombinationsimpfung (Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Poliomyelitis, Haemophilus influenzae Typ b und Hepatitis B) erfolgen.
- ² Mindestabstand zwischen 2. und 3. Impfung: 6 Monate. Frühgeborene erhalten eine zusätzliche Impfstoffdosis im Alter von 3 Monaten, d. h. insgesamt 4 Dosen.
- ³ Erste Impfstoffdosis bereits ab dem Alter von 6 Wochen, je nach verwendeten Impfstoff 2 bzw. 3 Impfstoffdosen im Abstand von mindestens 4 Wochen
- ⁴ Tetanus, Diphtherie (Td) Auffrischung jeweils alle zehn Jahre (gilt auch für über 60-Jährige). Nächste fällige Td-Impfung einmalig in Kombination mit Keuchhusten.
- ⁵ Impfung für über 60-Jährige
- ⁶ Einmalige Impfung mit einem MMR-Impfstoff für alle nach 1970 geborenen Personen ≥ 18 Jahre mit unklarem Impfstatus, ohne Impfung oder mit nur einer Impfung in der Kindheit
- ⁷ Zwei Impfstoffdosen im Abstand von mindestens 5 Monaten
- ⁸ Für über 60-Jährige zweimalige Impfung mit dem adjuvantierten Herpes-zoster-Totimpfstoff im Abstand von mindestens 2 bis maximal 6 Monaten



TIPP

Die Zuständigkeit für die Übernahme von Impfungen hängt oftmals vom Einzelfall ab. Möchten Sie wissen, ob die KNAPPSCHAFT eine Impfung übernimmt oder ein anderer Kostenträger zuständig ist? Weitere Informationen erhalten Sie unter www.knappschaft.de/impfungen

Indikationsimpfungen

Indikationsimpfungen kann die KNAPPSCHAFT nur übernehmen, wenn Sie einem besonderen Ansteckungsrisiko ausgesetzt sind. Folgende Indikationsimpfungen sind Gegenstand der Schutzimpfungsrichtlinie:

- Fröhsummer-Meningoenzephalitis (sogenannte „Zeckenschutzimpfung“) wird von der KNAPPSCHAFT generell übernommen
- Virusgrippe (Influenza) – z. B. bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung
- Hepatitis A – z. B. bei Personen mit häufiger Übertragung von Blutbestandteilen
- Hepatitis B (bei Erwachsenen) – z. B. bei Personen mit einer Grunderkrankung wie DialysepatientInnen, HIV-Positive
- Herpes Zoster (Personen > 50 Jahre mit einer erhöhten gesundheitlichen Gefährdung)
- Haemophilus influenzae Typ b (Hib)
- Meningokokken A, C, W, Y und/oder B – z. B. bei Immundefekt
- Pneumokokken – bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge einer Grunderkrankung

FSME – KNAPPSCHAFT bietet Zeckenschutzimpfung für alle Versicherten an

Bedingt durch die immer milderen Winter ist es zu einem vermehrten Auftreten von Zecken gekommen. Die KNAPPSCHAFT hat auf die fortschreitende Ausdehnung der Zeckenrisikogebiete in Deutschland reagiert und bietet ihren Versicherten **bundesweit** die Schutzimpfung gegen FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis) an.

Die FSME ist eine Viruskrankheit, die durch Zecken auf den Menschen übertragen wird. Sie kann eine fieberhafte Erkrankung unter Beteiligung der Hirnhäute (Hirnhautentzündung, Meningitis), in schweren Fällen aber auch des Gehirns und Rückenmarks, zur Folge haben. Als dauerhafte Folgen können Schäden am zentralen Nervensystem (zum Beispiel Lähmungen) entstehen.

Etwa ein Prozent der Erkrankten – vor allem ältere Menschen – sterben an den Folgen der Erkrankung.

GUT ZU WISSEN

Es kann sein, dass Ihr behandelnder Arzt die Abrechnung der Impfung über die elektronische Gesundheitskarte ablehnt – mit Hinweis darauf, dass Sie sich nicht in einem Risikogebiet aufhalten. In diesem Fall erstellt er eine Privatrechnung. Die dafür entstehenden Kosten bekommen Sie durch die KNAPPSCHAFT erstattet.

Versicherte der KNAPPSCHAFT können überall in Deutschland eine FSME-Impfung in Anspruch nehmen. Unabhängig davon, ob sie in einem Risikogebiet wohnen oder sich dort für längere Zeit aufhalten. Die momentan als Risikogebiete definierten Bereiche befinden sich in den Bundesländern Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Rheinland-Pfalz, Niedersachsen, Saarland, Sachsen und Thüringen. Teilweise wird diese Impfung von den Vertragsärzten bereits über die elektronische Gesundheitskarte abgerechnet.

TIPP

Nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission Robert Koch-Institut (STIKO) erfordert ein zeitlich begrenzter Impfschutz (etwa für Urlauber) mindestens zwei Gaben des Impfstoffs. Für einen länger bestehenden Impfschutz werden drei Gaben benötigt. Auffrischungen werden in Abständen von 3 bis 5 Jahren empfohlen. Berücksichtigen Sie diese Zeiträume bei der Planung Ihrer Impfung.

TIPP

Zusätzlich zur Impfung sollten allgemeine Maßnahmen gegen Zeckenstiche ergriffen werden. Dazu gehört das Tragen geschlossener Kleidung (z. B. lange Hosen und Ärmel, feste Schuhe) in der Natur.

Auch zeckenabweisende Mittel, auf unbedeckte Hautstellen und Kleidung aufgetragen, bieten eine gewisse Schutzwirkung für einen gewissen Zeitraum.

Impfungen für Urlaubsreisen ins Ausland

Reiseschutzimpfungen – Die KNAPPSCHAFT übernimmt die Kosten

Die KNAPPSCHAFT übernimmt die Kosten für Schutzimpfungen, die Ihnen im Zusammenhang mit einer privaten Auslandsreise entstehen. Dazu gehören neben dem Impfstoff auch die ärztliche Impfleistung sowie die im Einzelfall notwendige ärztliche Beratung.

Folgende Impfungen gehören zum Leistungskatalog der KNAPPSCHAFT, falls Reisen in entsprechende Endemiegebiete erfolgen:

- Cholera
- FSME Zecken-Hirnhautentzündung (Frühsommer-Meningoenzephalitis)
- Gelbfieber
- Hepatitis A
- Hepatitis B
- Japanische Enzephalitis
- Malariaphylaxe (Tabletten)
- Meningokokken-Meningitis

- Tollwut
- Typhus
- Influenza

Vor einer derartigen Schutzimpfung sollten Sie sich in jedem Fall zunächst ärztlich beraten lassen.

Hinweise für Urlaubsreisen ins Ausland

Dank der modernen Technologie sind Reisen heute so einfach wie nie zuvor. Viele Menschen nutzen dies, um fremde Länder zu besuchen. Oftmals führen diese Reisen an Orte, an denen andere klimatische und natürliche Gegebenheiten herrschen – und nicht immer wird das medizinische und hygienische Niveau den modernen Standards gerecht. Das kann zur Folge haben, dass Infektionskrankheiten, die hierzulande unbekannt sind oder als ausgerottet gelten, am Reiseziel nach wie vor auftreten und die Gesundheit gefährden können.



TIPP

Besprechen Sie schon etwa 6 bis 8 Wochen vor Reiseantritt mit Ihrem Arzt, ob Ihr Impfschutz ausreichend ist. Denn eventuell müssen zwischen den noch notwendigen Impfungen gewisse Abstände liegen.

Diesem Risiko können Sie oftmals durch eine entsprechende Schutzimpfung vorbeugen. Deshalb sollten Sie sich rechtzeitig um einen ausreichenden Impfschutz kümmern, wenn Sie eine Reise in ein anderes Land planen. Welche Impfungen für Ihr Reiseziel empfohlen werden, erfahren Sie bei Ihrem Arzt. Bei geplanten Reisen in „exotische“ Länder kann es außerdem erforderlich sein, sich bei einem Tropeninstitut oder einer ähnlichen Einrichtung über empfohlene Schutzmaßnahmen und Verhaltensweisen im Urlaubsland zu informieren.

TIPP

Für eine Kostenübernahme durch die KNAPPSCHAFT müssen Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Die Impfung erfolgt auf Grundlage der Empfehlungen der Ständigen Impfkommision beim Robert Koch-Institut (STIKO) in Verbindung mit den Reisehinweisen des Auswärtigen Amtes.
- Die Impfung erfolgt durch einen Vertragsarzt oder das Gesundheitsamt.
- Sie lassen auf den entsprechenden Rechnungsunterlagen (Impfrechnungen und ärztliche Behandlung) Ihr jeweiliges Reiseziel vermerken.
- Sobald alle Voraussetzungen vorliegen, können Sie Ihre Rechnung ganz einfach online hochladen. Schauen Sie einfach in Ihrem geschützten Kundenbereich „Meine KNAPPSCHAFT“ auf www.knappschaft.de/meineknappschaft vorbei und melden sich an.
- In Kürze finden Sie auch alle Online-services in unserer Service-App Meine KNAPPSCHAFT. Über den genauen Start erhalten Sie gesonderte Informationen.

Vor Reiseantritt ...

- Informieren Sie sich über die Lebens- und Umweltbedingungen im Reise- land und bereiten Sie sich gegebenenfalls hierauf vor.
- Notieren Sie sich wichtige Adressen für Notfälle, zum Beispiel die Adresse der Botschaft vor Ort.
- Bereiten Sie eine „Reiseapotheke“ vor. Denn diese kann Ihnen bei leichten Erkrankungen und kleineren Verlet- zungen gute Dienste erweisen.
- Sofern Sie auf Medikamente angewie- sen sind, denken Sie an einen ausrei- chenden Vorrat für Ihre Reise.
- Kümmern Sie sich bei Fernreisen rechtzeitig um eine gegebenenfalls notwendige Malariaphylaxe.
- Schließen Sie eine private Reise- krankversicherung ab. Eine private Reisekrankenversicherung erstattet Ihnen die Aufwendungen, die von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen werden dürfen. So sind Sie vor finanziellen Eigenbelastungen durch eine Erkrankung im Ausland ge- schützt. Die gesetzlichen Bestimmun- gen erlauben der KNAPPSCHAFT – wie allen anderen gesetzlichen Kranken- kassen – eine Kostenübernahme bei Erkrankungen im Ausland nur, soweit Abkommen zwischen der Bundesrepu-

blik Deutschland und dem Reiseland dies vorsehen. Die Kosten für einen Krankenrücktransport nach Deutsch- land dürfen gesetzliche Krankenkas- sen generell nicht übernehmen.

TIPP

Durch ein besonnenes Verhalten im Urlaubsland können Sie zusätzlich dazu beitragen, Ihre Gesundheit zu schützen. Die Gesundheitsorganisationen haben hierzu einige Hinweise erarbeitet, die wir nachfolgend für Sie zusammen- gefasst haben.

Im Urlaubsland ...

- Achten Sie stets auf einen guten Sonnenschutz (zum Beispiel durch ausreichend starke Sonnenschutzmit- tel, Kopfbedeckung und Ähnliches).
- Verhalten Sie sich den Temperaturen angemessen (zum Beispiel, indem Sie übermäßige Anstrengungen ver- meiden und ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen).
- Schützen Sie sich vor Mücken und Insekten.
- Meiden Sie nach Möglichkeit unge- kochte oder nicht gebratene Nah- rungsmittel wie Fleisch, Geflügel,



„Mit den zusätzlichen, kostenfreien Impfungen der KNAPPSCHAFT ist meine ganze Familie perfekt geschützt. Nicht nur zuhause – auch im Urlaub! So bleibt mehr Geld für die Urlaubskasse!“

Maren, 28, Dolmetscherin aus Köln

Fisch, Meeresfrüchte oder Schalentiere. Auch Früchte und Gemüse, die nicht geschält werden können, sollten Sie meiden.

- Vorsicht bei Trinkwasser aus der Leitung – dies gilt auch für Eiswürfel! Trinken Sie kein Leitungswasser, wenn Sie sich keine Gewissheit über die Reinheit des Wassers verschaffen können.

Durch ein entsprechendes Verhalten vor und während der Reise können Sie Krankheitsrisiken vermeiden und „die schönsten Wochen des Jahres“ unbeschwert genießen.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie eine gute Erholung!

IMPRESSUM

Herausgegeben von:
Deutsche Rentenversicherung
Knappschaft-Bahn-See
Pieperstraße 14 – 18, 44789 Bochum

www.knappschaft.de/impfungen

Bildnachweise:

- © svetikd/iStock
- © Peerayot/iStock
- © Mikolette/iStock
- © Fly_dragonfly/iStock
- © filadendron/iStock

Nachdruck, auch auszugsweise, ist
nur mit ausdrücklicher Genehmigung
des Herausgebers gestattet.

Stand: Januar 2021